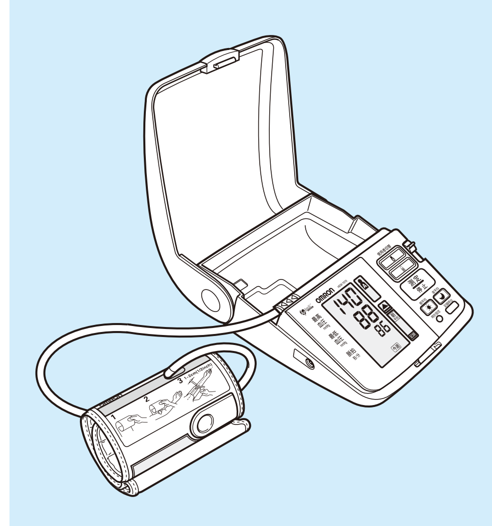
製造廠名稱：OMRON MATSUSAKA CO., LTD.
製造廠地址：1855-370, Kubo-cho, Matsusaka-city, Mie, 515-8503, Japan
藥商名稱：臺灣歐姆龍健康事業股份有限公司
藥商地址：台北市中山區民權東路3段37號5樓之1

1664404-2B

使用說明書

OMRON電子血壓計
HEM-7070



■ 非常感謝您購買OMRON製品。
■ 為確保您正確及安全地操作本產品，使用前請務必詳閱本操作說明書。
■ 請將本說明書置於方便取得的位置，以便日後隨時查閱。
■ 本書刊載圖片僅供參考。

A Good Sense of Health



OMRON

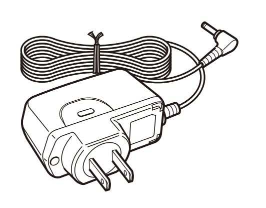
目 錄

血壓計的使用方法

請依照以下步驟使用HEM-7070。

前　言



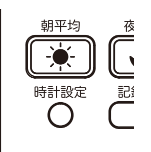


本血壓計可使用電池或專用AC變壓器作為電源。

（☞ **請參照第11頁**）







本血壓器可配合時間與日期自動記錄測量結果。使用前請務必調整成正確的日期與時間。

（☞ **請參照第14頁**）

進行測量

請固定於每天同一時段進行測量，來提高血壓管理的成效。※建議於起床後一個小時內與就寢前測量。



1 **將壓脈帶捲緊**

（☞ 請參照第17頁）

2 確認姿勢是否正確

（☞ 請參照第19頁）

3 測量血壓

（☞ 請參照第21頁）



讀取測量紀錄

（☞ 請參照第25頁）

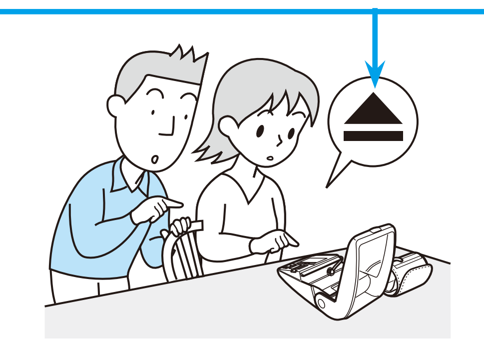
讀取週平均值

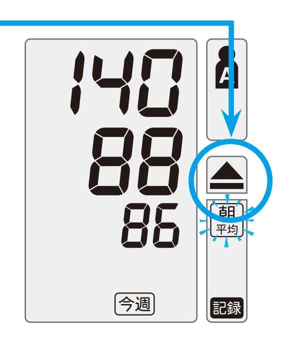
（☞ 請參照第27頁）

可透過選擇使用者A與B的方式，供兩位使用者一起使用此血壓計。對於夫妻等使用者而言，是一項非常方便的功能。

早晨高血壓確認功能

當早晨的週平均值出現「超過高血壓基準值」（收縮壓135mmHg以上或舒張壓85mmHg以上）的情況時，早晨高血壓圖示將會亮燈。





測量結果會自動紀錄至血壓計中

- 測量紀錄：84次份×2人份
- 早晨週平均值紀錄：8週份＊×2人份
- 夜間週平均值紀錄：8週份＊×2人份

（＊8週份＝本星期與過去7星期份）

安全須知

使用前請務必
詳閱本章節。

●以下標示的警告標誌及圖案是用來確保您正確及安全地操作本產品，以避免您及旁人的生命或財產遭受損害。
●標誌及其含意說明如下。

警告標誌的含意

⚠警告	表示操作錯誤時，恐有造成人員傷亡之虞的內容。
⚠注意	若操作錯誤，可能造成人身傷害或物品損壞的內容。

*物品損壞是指廣義的損傷，包含房屋、家具受損，以及家畜、寵物受傷等。

圖例


●記號表示強制事項
具體的強制內容會在●符號裡面或附近以文字或圖案表示。
左圖表示"一般性強制"事項。

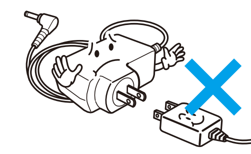

⃠記號表示禁止事項
具體的禁止內容會在⃠符號裡面或附近以文字及圖案表示。
左圖表示"一般性禁止"事項 。


△記號表示包括注意警告、危險事項。
具體注意事項以文字或圖案標示於△中或附近。
左圖表示"小心觸電"。

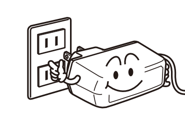
⚠警告

AC變壓器的使用注意事項

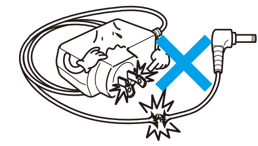
請使用專用的AC變壓器，禁止使用其他產品。
• 以免引發火災與觸電。



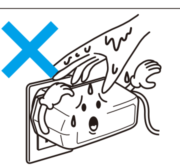

專用AC變壓器僅可使用於AC 110V的電源上。
請單獨使用一個插座。
• 以免引發火災與觸電。




萬一AC變壓器的插頭或電線破損，請立即將電源插頭拔出插座。
• 以免引發火災與觸電。



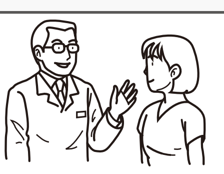

請勿用潮溼的手將專用AC變壓器從電源插座拔出。
• 以避免觸電或受傷。



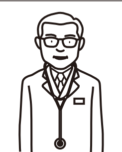

⚠警告

一般注意事項

自行判斷測量結果或自行治療都是非常危險的行為，請務必遵照醫師指示。
• 自行判斷，可能導致病情更加惡化。




尤其是有重度血液循環障礙或血液疾病的患者，使用前請務必先獲得醫師指導。
• 本血壓計在測量血壓時可能因壓迫血管而引發暫時性的內出血。



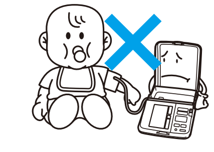

採用手動加壓方式時，請先參照本使用說明書後再行使用。
• 若加壓力道過大時,可能因壓迫血管而引發暫時性的內出血。



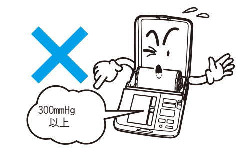

⚠警告

一般注意事項

請勿使用於嬰幼兒或無法表達個人意願的人身上。
- 以免引起事故或故障。




對壓脈帶加壓時請勿超過300mmHg。
- 否則可能造成手臂淤血或麻痺。



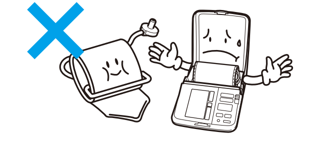


除測量血壓外，請勿使用至其他用途。
- 以免引起事故或故障。

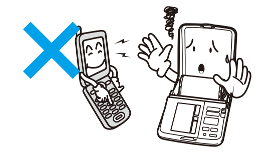




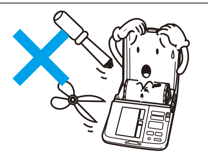
除了專用的壓脈帶以外，請勿使用其他產品。
- 以免無法正確測量。




請勿在血壓計附近使用手機。
- 以免造成血壓計無法正常運作。

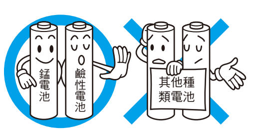



嚴禁分解或改造血壓計的主機或壓脈帶。
- 以免無法正確測量。




電池保管注意事項

除三號錳電池及鹼性乾電池（4顆）外，請勿使用其他電池。
- 以免造成血壓計無法正常運作。





安全須知

前言

⚠警告

電池保管注意事項

萬一電池液滲入眼睛，請立即以大量的清水沖洗眼睛。
- 為避免導致眼睛失明等傷害，請務必立即就醫診治。



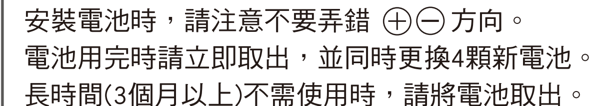
強制

一旦電池液附著於皮膚或衣物上時，請立即以大量清水沖洗乾淨。
- 否則可能造成傷害。



強制

安裝電池時，請注意不要弄錯 ⊕⊖ 方向。
電池用完時請立即取出，並同時更換4顆新電池。
長時間(3個月以上)不需使用時，請將電池取出。



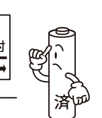
- 以免因漏液、發熱、破裂等造成主機受損。



強制

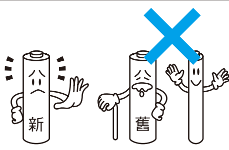
請遵照居住當地之相關行政單位的規定回收舊電池。
- 若誤將電池以可燃物方式處分時,可能導致電池爆炸引發火災,造成他人燒傷或受傷。







請勿將新、舊電池，或是不同種類之電池混用。
- 以免因漏液、發熱、破裂等造成主機受損。



禁止

使用須知

請勿強行彎折壓脈帶或壓脈帶空氣管。

要拆下壓脈帶空氣管時，請以手部握住空氣管前端的空氣管接頭來將其拆下。

請勿以重力撞擊或是摔落主機。

手臂未捲好壓脈帶時，請勿加壓。

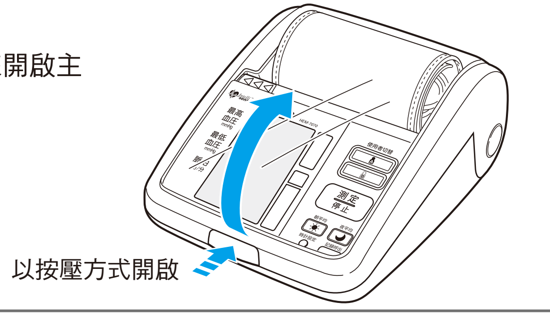
關閉主機外蓋時，請注意避免夾傷手指。



檢查各項配件

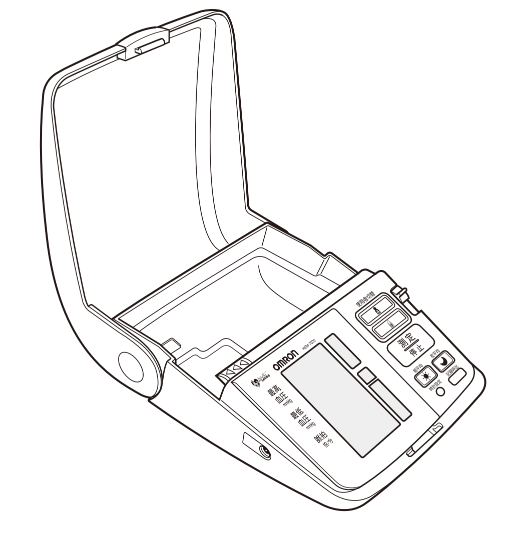
包裝盒中應有下列配件。如有短缺，請洽OMRON客服中心。

壓脈帶收藏於主機內。
請按下主機機身上的開關鍵來開啟主機外蓋，並確認裡面的物品。

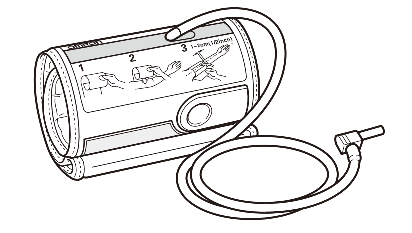


以按壓方式開啟

1 主機



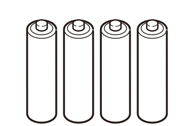
2 壓脈帶



3 測試用電池

3號錳電池（4顆）

所附的電池乃試用品。有時使用不到300次，電池的壽命就會耗盡。

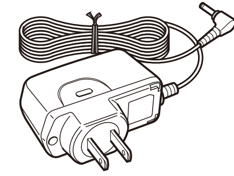


廢電池請回收

4 專用AC變壓器

使用後請將其收進主機上的專用AC變壓器收納部位內。

（☞ 請參照第34頁）



5 使用者貼紙

各部名稱



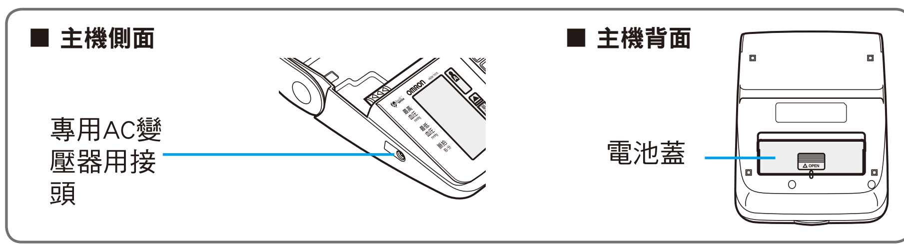
主機

壓脈帶

適用臂圍17～32cm
（上臂中央部位）

※另外選購的壓脈帶不附空氣管接頭。更換時請勿丟棄空氣管接頭，並將其直接換插到新的壓脈帶上使用。

※在一天測量6次（早晚各3次）的使用情形下，壓脈帶的使用壽命約一年左右（根據本公司測試條件測得）。為能正確測量血壓，建議提前更換壓脈帶。如果有漏氣時，請選購更新。(☞ 請參照第46頁)



顯示螢幕

準備電源

為了維持日期與時間的設定值，請先將電池放入主機後，再接上專用AC變壓器。

◎也可僅使用電池作為電源。

● 即使以專用AC變壓器作為電源時，也請將電池裝入主機內。
裝入電池可確保時間的設定值維持不變。
若未裝入電池就直接使用時，一旦將專用AC變壓器從電源插座上拔下，時間功能將會停止。（先前紀錄的所有測量值將被完全刪除。）

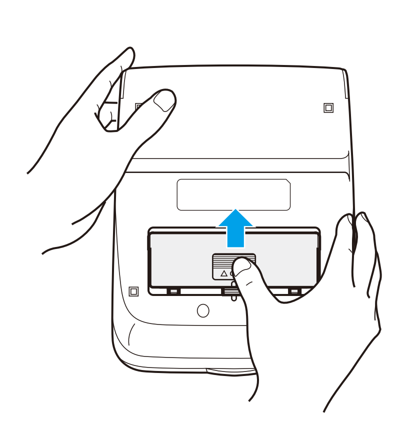
● 若一併使用專用AC變壓器與電池時，將能減緩電池的消耗速度。

裝入電池

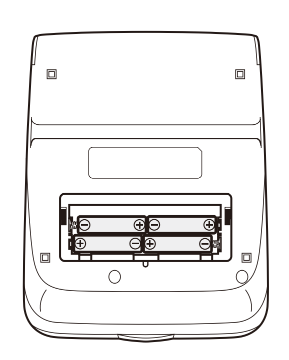
1 將主機翻轉到背面

2 打開電池蓋

按住電池蓋的同時，朝箭頭方向推開。



3 按圖示裝入電池



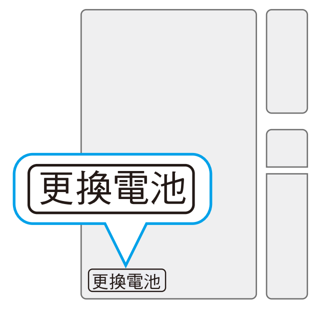
4 將電池蓋的一端對準主機後，
關上電池蓋。

如圖中所示般對準電池蓋與主機上的記號，並將其滑動，當聽到喀嚓聲時，代表電池蓋已關上。



出現電池更換圖示時，請更換電池

「電池更換圖示」閃爍：代表電池電力即將耗盡。
「電池更換圖示」持續亮燈：代表電池電力已經耗盡。
請同時更換四顆新電池（同種類電池）。



※更換電池前請務必先關閉電源。若於電源開啟的情況下取下電池的話，將導致時間功能停止。（先前紀錄的所有測量值將被完全刪除。）

※若已設定過日期與時間時，請在30秒內完成更換電池的動作。若取下電池的時間超過30秒時，將導致時間功能停止。此時請重新設定日期與時間。（先前紀錄的所有測量值將被完全刪除。）

※未以上述方式更換電池時，可能無法正確更新週平均值的星期資料。

※請遵照居住當地之相關行政單位的規定回收舊電池。

◎三號錳性乾電池（4顆）約可測量300次。
（於室溫23℃、臂圍25cm、每天測量6次　加壓值為170mmHg的條件下）

◎所附的電池乃試用品。有時使用不到300次，電池的壽命就會耗盡。



連接專用AC變壓器

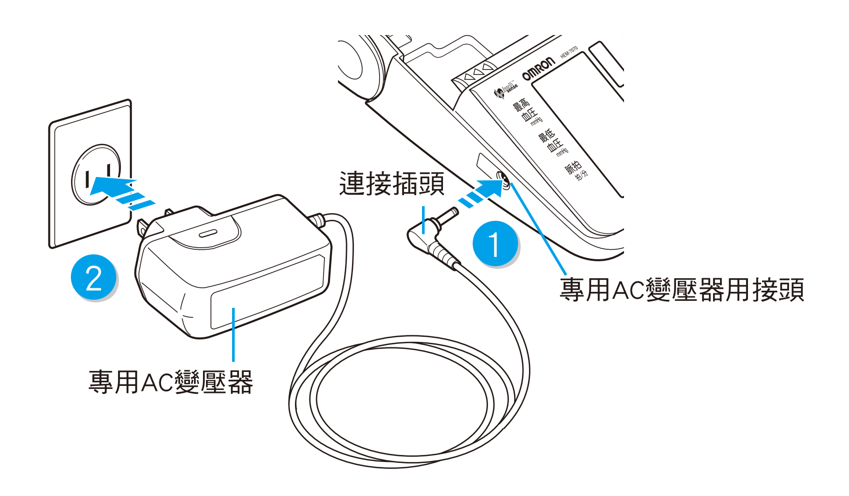
使用專用AC變壓器時，可利用家中的電源插座作為電源。

※請使用原廠指定的專用AC變壓器。

●即使以專用AC變壓器作為電源時，也請將電池裝入主機內。
裝入電池可確保時間的設定值維持不變。
若未裝入電池就直接使用時，一旦將專用AC變壓器從電源插座上拔下，時間功能將會停止。（先前紀錄的所有測量值將被完全刪除。）

1 將專用AC變壓器的連接插頭插入主機的專用AC變壓器用接頭內。

2 將專用AC變壓器插入電源插座內。
要收納時請以相反順序拆除。(☞ 請參照第34頁)



調整時間

完成電源準備工作後，請務必調整成正確的**日期與時間。**

本血壓器可配合時間與日期自動記錄測量結果。
要讀取測量紀錄、早晨平均值、夜間平均值等數據來確認是否有早晨高血壓的症狀時，必須在最初使用時先調整成正確時間。

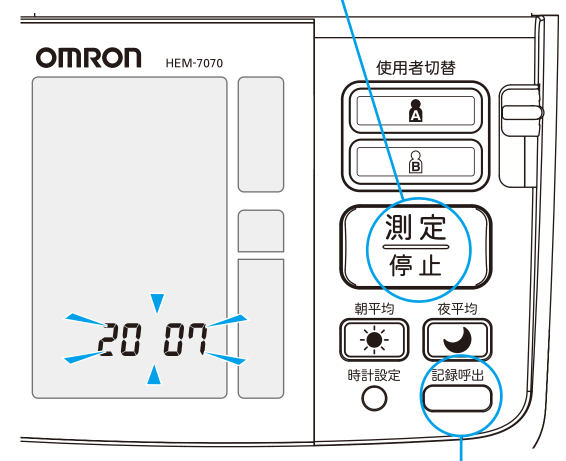
※若未調整時間功能時，血壓計將不會紀錄測量的日期與時間。為了持續正確管理血壓，請務必調整成正確的日期與時間後再行使用。
※在電池的電力耗盡，或取下電池的時間超過30秒以上等情況下，時間功能將會停止。此時請重新設定日期與時間。
※當長時間未使用，導致時間不正確時，請重新設定正確的日期與時間。要重新使用時，請先刪除所有紀錄後再行使用。(☞ 請參照第32頁)

要重新設定時間功能時，請參照16頁的下半段說明。

請依照西元年份、月份、日期、小時、分鐘的順序逐一設定。

1 裝入電池後，
按下測量／停止鍵。

當顯示部燈全亮後，西元年份便會開始閃爍。



2 按下讀取記錄鍵來調整成目前的「西元年號」。

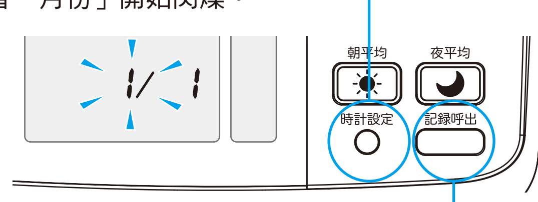
◎每按一次讀取紀錄鍵時，西元年號將前進一年。
◎持續按住按鍵時，即可連續的往前進。
◎設定範圍為「2007」～「2030」年。
往前調整至2030年之後，即回復至2007年。

待續

前言

3 按下時間設定鍵來確定選擇的「西元年份」。

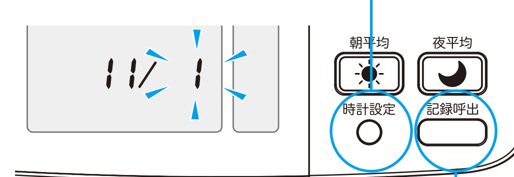
「西元年號」設定完畢，接著「月份」開始閃爍。



4 按下讀取記錄鍵來調整成目前的「月份」。

5 按下時間設定鍵來確定選擇的「月份」。

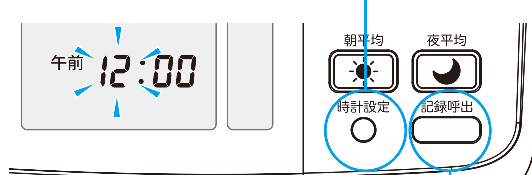
設定好「月份」後，「日期」會開始閃爍。



6 按下讀取記錄鍵來調整成目前的「日期」。

7 按下時間設定鍵來確定選擇的「日期」。

設定好「日期」後，接著「小時」會開始閃爍。

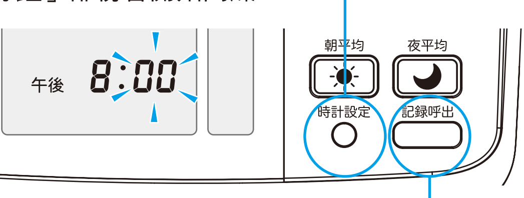


8 按下讀取記錄鍵來調整成目前的「小時」。

前言

9 按下時間設定鍵來確定選擇的「小時」。

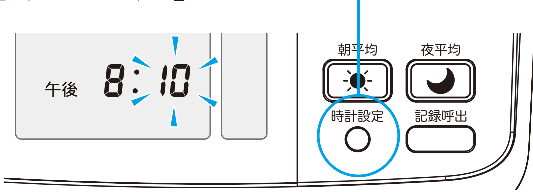
設定好「小時」後，時間的「分鐘」部份會開始閃爍。



10 按下讀取記錄鍵來調整成目前的「分鐘」。

11 按下時間設定鍵來確定選擇的「分鐘」。

完成設定分鐘的步驟後，電源將自動關閉。



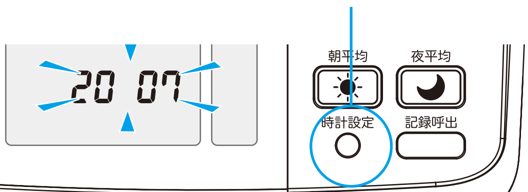
要重新設定時間時…

當開始使用後，要變更時間的設定值時，請於血壓計上的時鐘顯示上午10:00～下午6:59的期間內進行。

※若未於上述期間內進行變更的話，可能導致血壓計無法正確顯示測量紀錄。
另外變更日期也可能導致血壓計無法正常顯示測量紀錄。

1 請在電源關閉的狀態下，按住時間設定鍵1秒以上。

設定好的「西元年號」將開始閃爍。



2 請依照14～16頁的步驟2～11重新設定。

※若於設定過程中察覺設定值有誤時，請勿關閉電源，只需不斷按下時間設定鍵，即可依序切換設定項目（依照西元年號、月份、日期、小時、分鐘的順序），請利用此功能切換至發現錯誤的項目進行修正。

3 設定好「分鐘」後，請按下測量／停止鍵來關閉電源。

將壓脈帶捲緊

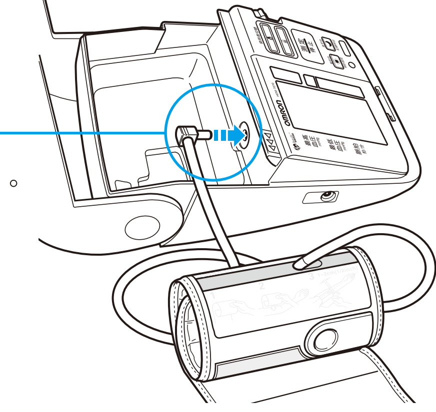
●左右手臂均可測量血壓。
●測量時請直接將壓脈帶套在手臂肌膚上，或隔著較薄的衣物測量。
●測量前請先上廁所。
●請避免在過冷或過熱的房間內測量。

若穿著厚重的衣物時，請勿以捲起袖子的方式測量，務必將該厚重衣物脫掉後再行測量。

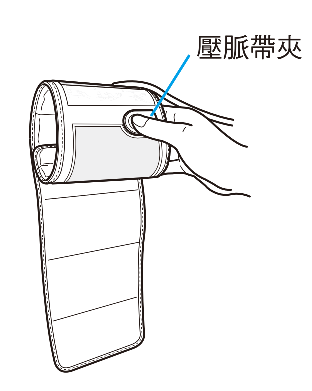
請務必確實套好壓脈帶以便正確測量。

1 將空氣管插頭確實插進壓脈帶插座

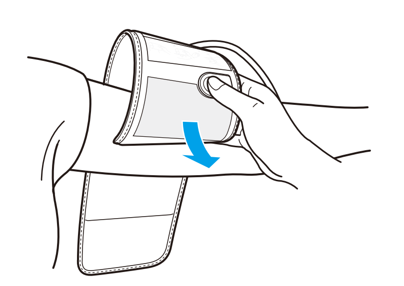
壓脈帶接頭位於壓脈帶收納部位中。



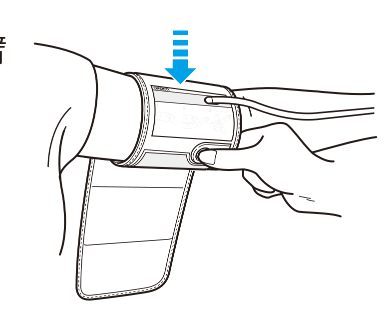
2 請以拇指按住壓脈帶夾的方式拿起壓脈帶



3 將壓脈帶勾到手臂上



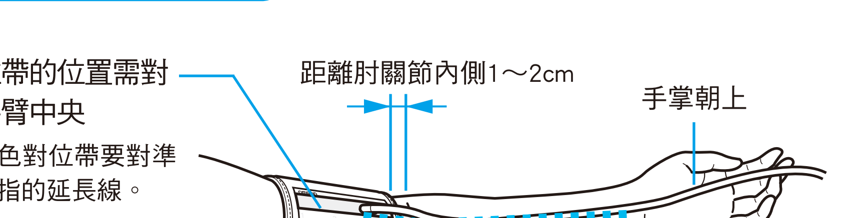
4 並以對位帶（橘色帶子）位於手臂中心的方式套住手臂



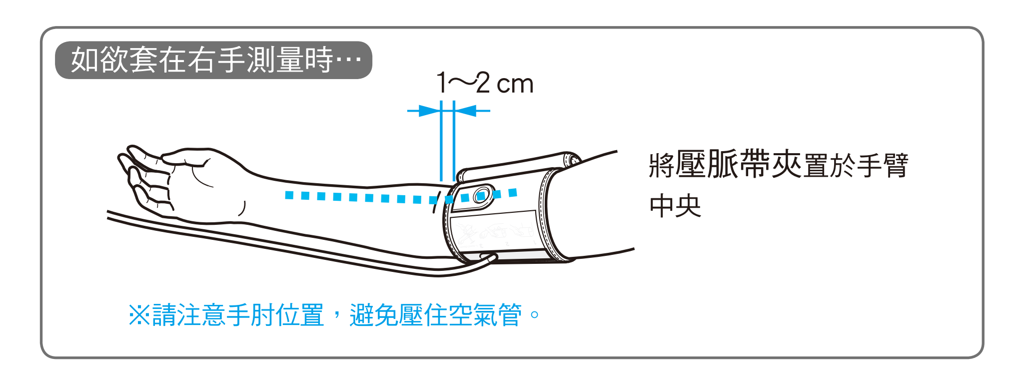
壓脈帶的正確位置

對位帶的位置需對準手臂中央

◎橘色對位帶要對準中指的延長線。



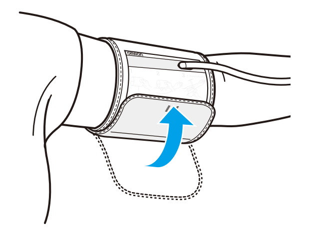
如欲套在右手測量時…



※請注意手肘位置，避免壓住空氣管。

5 利用粘扣帶固定

※請確實套緊，不能留有空隙。







確認姿勢是否正確

測量時請直接將壓脈帶套在手臂肌膚上，或隔著較薄的衣物測量

挺直背部並放鬆心情

壓脈帶中央必須與心臟（乳頭）位置同高

桌子與椅子的高度差距以25～30cm最為理想

一般家庭的桌子與椅子的高度差距約為25~30cm（如為日式家具，則是與座位之間的高度差距）。

當以下列姿勢或壓脈帶的固定方式進行測量時，可能無法得到正確的結果。

加壓帶固定方式過鬆

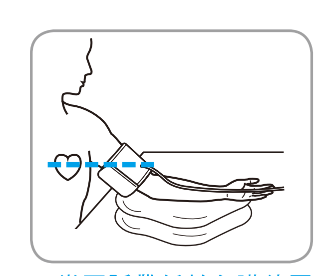


於測量過程中開口說話或挪動身體



姿勢過於前傾





※當壓脈帶低於心臟位置時，請在手臂下方放置枕頭或座墊等。

測量血壓

請固定於每天同一時段進行測量，
來提高血壓管理的成效。
（建議於起床後1個小時內與就寢前測量）

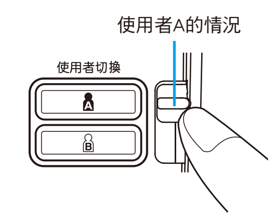
※預估本身收縮壓高於220mmHg的使用者，請閱覽第24頁的「手動加壓方式」。

請放鬆身體力量保持輕鬆。若感到緊張時，請試著深呼吸。

1 選擇使用者

將滑動式使用者切換鍵調整成當次的使用者身份。

※可在加壓過程中切換使用者身份。

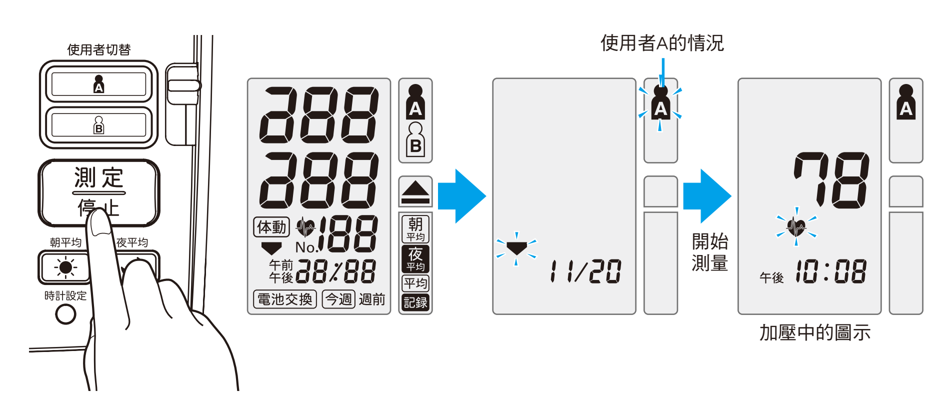


本血壓計可透過切換使用者的方式，自動記錄A與B兩人份的測量結果，並且可於日後讀取上述資料。請於一開始時先選擇使用者。

●也可採用不紀錄至A或B使用者名下的方式進行測量。（☞ 請參照第23頁）

2 按下測量／停止鍵來開始測量

當電源開啟後，將自動開始測量。



加壓中的圖示

測量過程中請保持固定姿勢，不可挪動身體，並保持安靜。

◎想中斷測量動作時…
只需按下測量/停止鍵，即可釋放壓脈帶中的空氣。

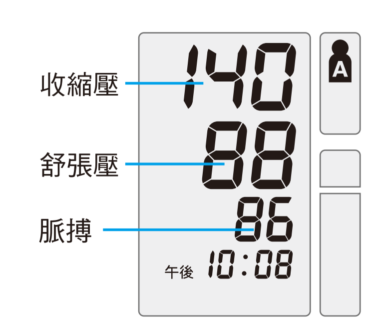
◎若加壓量不足時，血壓計可能會再自動加壓。
（重新加壓的次數僅有一次）

3 顯示測量結果時，測量便告結束

4 檢視測量結果

測量結果會自動紀錄至血壓計中
（「讀取測量記錄」☞ 請參閱第25頁）

※自行判斷測量結果或自行治療都是非常危險的行為，請務必遵照醫師指示。



◎感到測量結果過高或過低時☞ 請參閱第35頁

■當顯示 体動 圖示時…

代表使用者於測量過程中挪動身體，此時測量結果上會顯示 体動 圖示。請保持身體不動，並重新測量一次。



■當顯示錯誤圖示「E」或「EE」時…

代表測量動作無法正常結束。(☞ 請參閱第41頁)



■若要繼續測量時請先等候一段時間

否則若連續測量時，可能會導致手臂呈現淤血狀態而無法進行正確測量。請等手臂的瘀血狀態消退後再次進行測量。(☞ 請參閱第36頁)

判斷高血壓的標準

近幾年來根據世界主要醫療學會的報告，一般家庭測量的高血壓值標準如下。





出處 ： 日本高血壓學會 高血壓治療指導方針 2004年版（2004年12月）

請參考以上數值，瞭解自己的血壓狀況。

※如有疑慮，請務必接受醫師建議。

待續

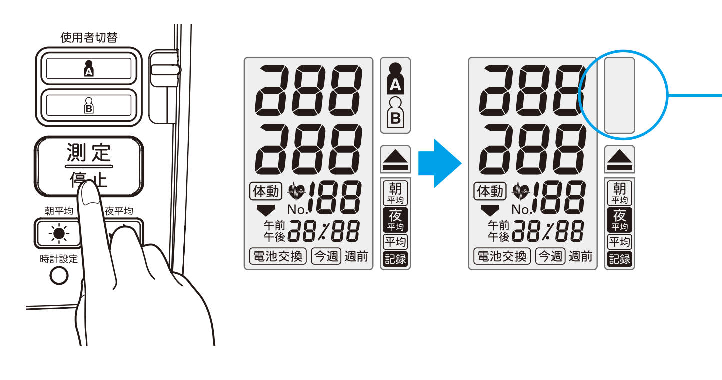
5 取下壓脈帶

6 按下測量／停止鍵來關閉電源

※即使忘記關閉電源，電源也會在閒置約5分鐘後自動關閉。
（保養與保存 ☞ 請參照第33頁）

要以不紀錄至A或B使用者名下的方式進行測量時

1 捲好壓脈帶後，
持續按住測量／停止鍵3秒鐘以上



2 確認使用者A與B的圖示都已熄滅後，
放開測量／停止鍵。

此時血壓計會開始加壓並進行測量。

3 以下的操作步驟請參照22～23頁的步驟3～6

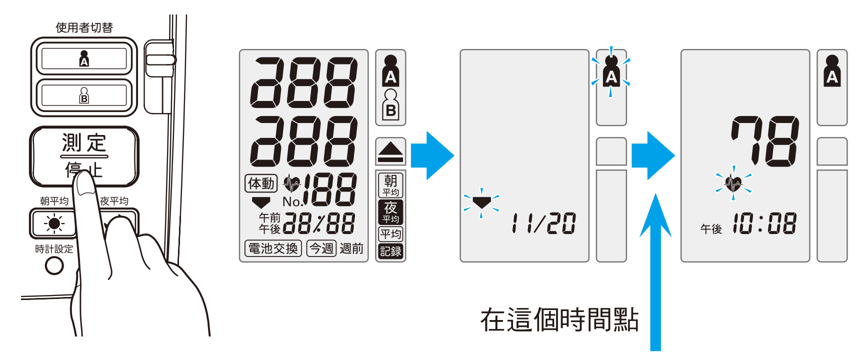
手動加壓的方法

若使用者預估本身收縮壓可能會超過220mmHg時，請使用手動加壓方式進行測量。

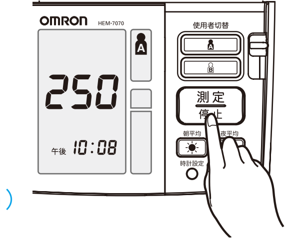
※使用手動加壓功能前，請先詳讀「固定壓脈帶」與「確認正確姿勢」章節（☞ 請參照第17～20頁

1 捲好壓脈帶並選擇使用者後，
按下測量／停止鍵。

即可開始加壓。



在這個時間點



2 當開始加壓後，再次按住
測量／停止鍵不要放開。

※請持續按住按鍵，直到到達比預估的最高值高出30～40mmHg左右的數值。（右上圖中為250mmHg）

※雖然在手動加壓模式下，最高可加壓至299mmHg，但請視需要選擇適當的壓力，避免過度加壓。否則可能導致手腕中出現暫時性內出血。
※若加壓至300mmHg以上時，系統將顯示錯誤訊息。

3 當壓力值到達比預估的最高值高出約30～40mmHg時，
放開測量／停止鍵。

此時血壓計會開始減壓並進行測量。

4 以下的操作步驟請參照22～23頁的步驟3～6

讀取測量記錄

本血壓計可依照日期/時間，自動記錄並讀取A、B兩人份的血壓及脈搏測量值。並且可分別讀取每位使用者最近3次的測量紀錄平均值，以及最多達84次份的測量紀錄，每人8星期份＊的早晨與夜間週平均值。

◎當測量值記錄超過84筆，或早晨與夜間的週平均值超過8星期份*時，先前的測量紀錄會被新的測量紀錄取代。

（＊8星期份＝本星期與過去7星期份）

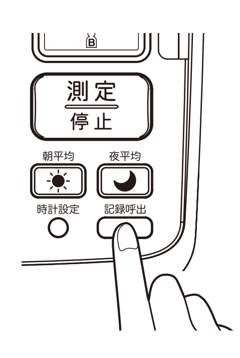
1 選擇使用者

將滑動式使用者切換鍵調整成當次的使用者身份。

使用者A的情況

使用者切換

2 按一次讀取紀錄鍵來顯示「平均值」。

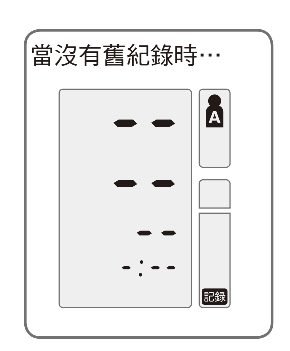


螢幕顯示「平均值」。

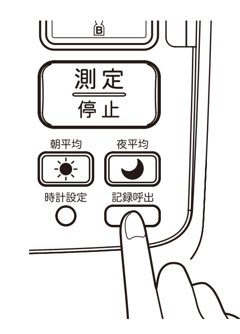
平均值：由最新一筆測量紀錄起算的前10分鐘內測得的紀錄（最多3筆）平均值。請作為短時間持續測量時的參考數據。

140
88
86
A
平均
記録

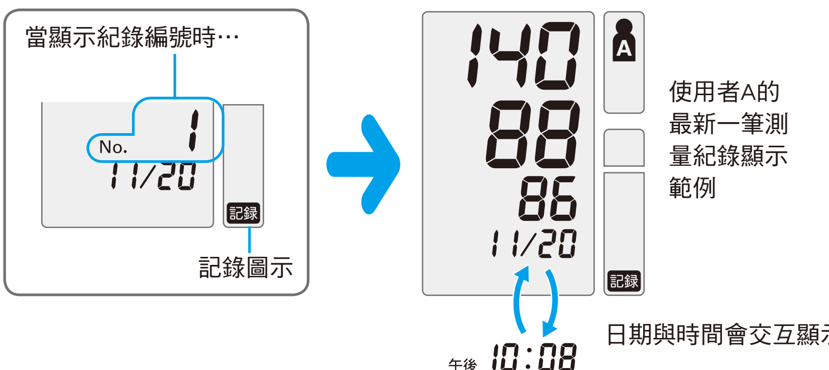
使用者A的平均值顯示範例



3 於畫面顯示平均值時 按一次讀取紀錄鍵來顯示最新一筆測量紀錄



螢幕顯示最新一筆測量紀錄。



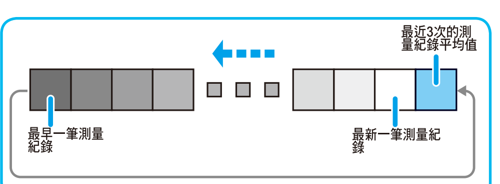
使用者A的最新一筆測量紀錄顯示範例

日期與時間會交互顯示

4 以讀取紀錄鍵來查看過去的測量紀錄

◎每按一次讀取紀錄鍵時，即可在螢幕上顯示一筆先前的測量紀錄。

◎若持續按住按鈕不放的話，將可快速搜尋先前的測量紀錄，直到到達最早一筆為止。



※若測量過程中[体動]圖示亮燈時，該記號在之後讀取紀錄時也會亮燈。

5 按下測量／停止鍵來關閉電源

※即使忘記關閉電源，電源也會在閒置約5分鐘後自動關閉。

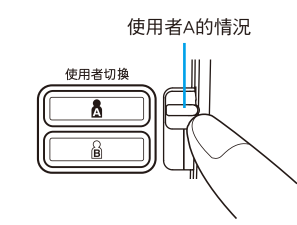
讀取週平均值

本血壓計具備以星期為單位紀錄早晨與夜間血壓平均值的功能。
可分別讀取早晨與夜間的本星期與過去7星期份的週平均值。

讀取早晨平均值與夜間平均值

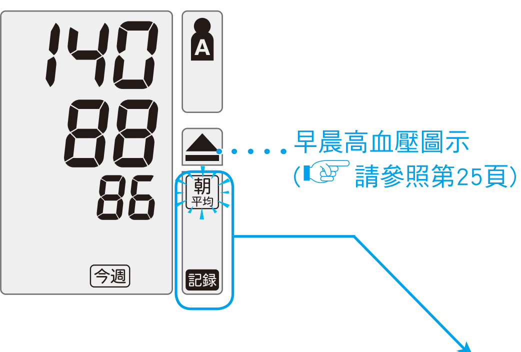
1 選擇使用者

將滑動式使用者切換鍵調整成當次的使用者身份。



2 按下早晨平均值鍵或夜間平均值鍵來讀取早晨或夜間的週平均值。

早晨週平均值顯示範例
（使用者A／本週／確認早晨高血壓的情況）

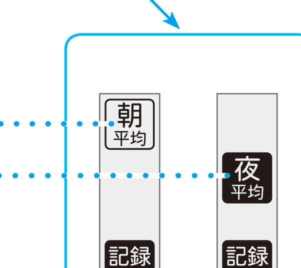


早晨高血壓圖示
（☞ 請參照第25頁）

按下早晨平均值鍵。
➡ 螢幕將顯示早晨的週平均值。
螢幕將顯示早晨平均值圖示。

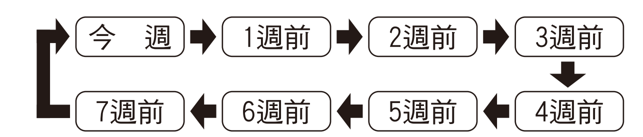
按下夜間平均值鍵。
➡ 螢幕將顯示夜間的週平均值。
螢幕將顯示夜間平均值圖示。

關於週平均值的詳細內容
（☞ 請參閱第31頁）



使用方法

◎每按一次早晨平均值鍵或夜間平均值鍵時，
螢幕將顯示下列畫面。

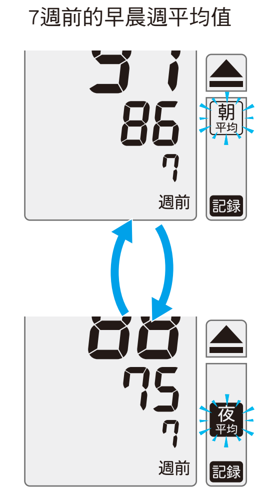


■ 觀看早晨（夜間）的週平均值時要比較夜間（早晨）的週平均值時…

於螢幕顯示早晨週平均值的狀態下
按住夜間平均值鍵（）的話，
將可顯示目前顯示週別的夜間週平均值。

於螢幕顯示夜間週平均值的狀態下
按住早晨平均值鍵（）的話，
將可顯示目前顯示週別的早晨週平均值。

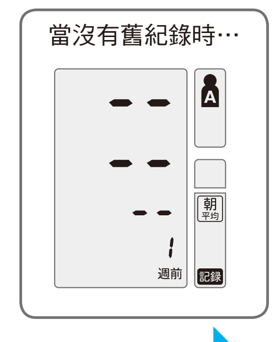
7週前的早晨週平均值



7週前的夜間週平均值

※若沒有紀錄時，螢幕將顯示右圖般的畫面。（圖中的畫面範例為使用者A沒有1週前的早晨平均值紀錄的情況）

當沒有舊紀錄時…

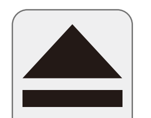


使用方法

待續



早晨高血壓圖示



當讀取週平均值時，螢幕顯示的當週早晨平均值出現「超過高血壓基準值」（收縮壓135mmHg以上或舒張壓85mmHg以上）的情況時，早晨高血壓圖示將會亮燈。

＊出處：日本高血壓學會 高血壓治療指導方針 2004年版（2004年12月）



按下測量／停止鍵來關閉電源

※即使忘記關閉電源，電源也會在閒置約5分鐘後自動關閉。



早晨高血壓確認功能的畫面涵義

- 當早晨平均值超過高血壓基準值時，早晨高血壓圖示將會亮燈。
- 當早晨(夜間)平均值超過高血壓基準值時，「早晨平均值圖示」(「夜間平均值圖示」)將會閃爍。
- 早晨高血壓圖示也可在讀取早晨平均值或夜間平均值時同步確認。
- 所謂「超過高血壓基準值」是指週平均值中的收縮壓在135mmHg以上或舒張壓在85mmHg以上的情況。

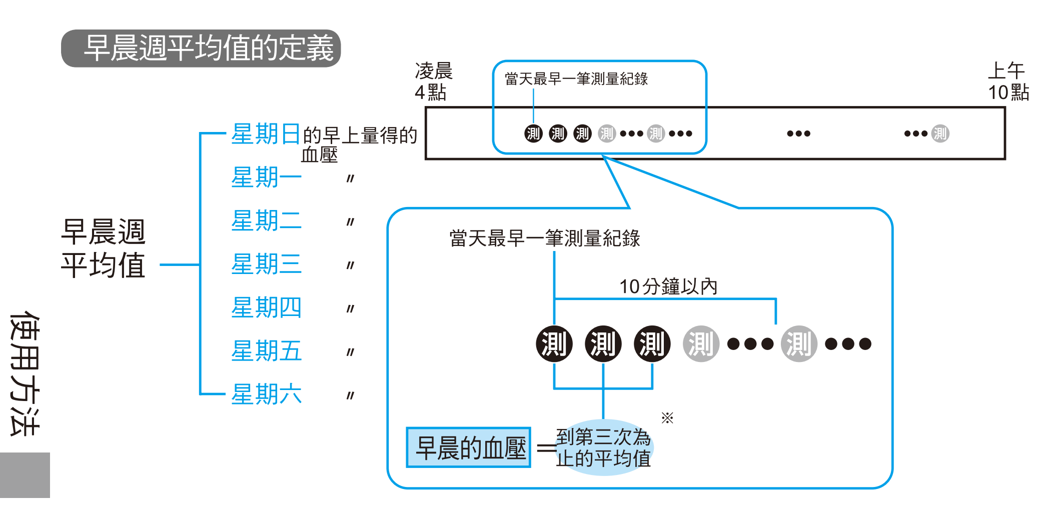
	早晨平均值超過高血壓基準值時		早晨平均值未達高血壓基準值時	
讀取早晨平均值時	早晨高血壓圖示：亮燈 早晨平均值圖示：閃爍		早晨高血壓圖示：熄滅 早晨平均值圖示：不會閃爍	
於讀取夜間平均值時	早晨高血壓圖示：亮燈 夜間平均值圖示：閃爍 夜間平均值超過高血壓基準值	早晨高血壓圖示：亮燈 夜間平均值圖示：不會閃爍 夜間平均值未達高血壓基準值	早晨高血壓圖示：熄滅 夜間平均值圖示：閃爍 夜間平均值超過高血壓基準值	早晨高血壓圖示：熄滅 夜間平均值圖示：不會閃爍 夜間平均值未達高血壓基準值





以下說明週平均值的計算方式。

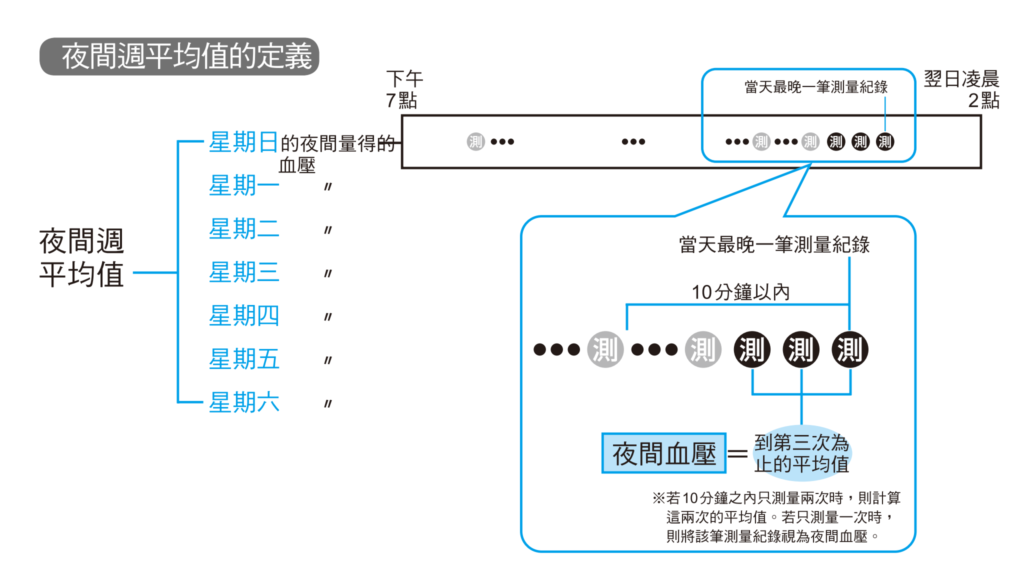
早晨週平均值的定義



早晨的週平均值：星期日～星期六的「早晨血壓」平均值。

早晨血壓：由在凌晨4點至上午10點間測得的最早一筆紀錄起算10分鐘內的最初3次測量紀錄「平均值」。

夜間週平均值的定義



夜間的週平均值：星期日～星期六的「夜間血壓」平均值。

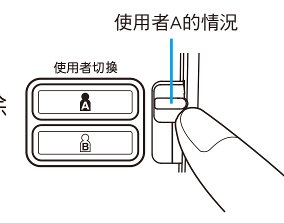
夜間血壓：由在下午7點至翌日凌晨2點間測得的最晚一筆紀錄倒推10分鐘內的最後3次測量紀錄「平均值」。

要刪除所有的測量結果記錄時…

分別刪除不同使用者名下的所有測量紀錄與週平均值紀錄。無法逐筆刪除記錄。

1 選擇使用者

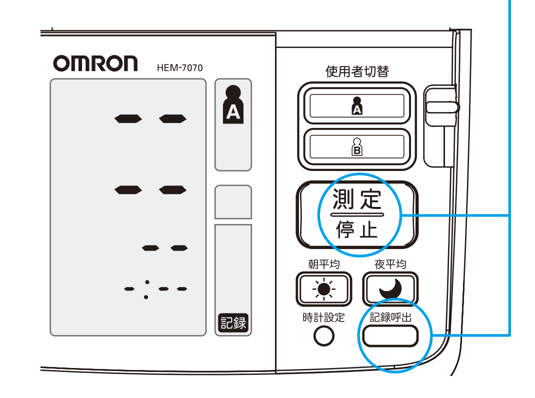
將滑動式使用者切換開關調整至要清除紀錄的使用者身份。



2 於讀取測量記錄時，先按住讀取紀錄鍵不放，再同時按住測量／停止鍵約3秒鐘左右。

※請勿先按測量/停止鍵若先按下該鍵時，血壓計將展開測量動作。

若螢幕顯示右圖般畫面的話，代表已完成刪除動作。



3 按下測量／停止鍵來關閉電源

※即使忘記關閉電源，電源也會在閒置約5分鐘後自動關閉。

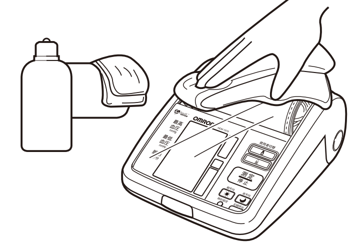
保養與保存

請務必遵守以下所記載之注意事項，以及其他正確的使用方法。
如未遵守而導致品質發生問題時，本公司恕不負責。

保養方法

- 請隨時保持血壓計的清潔。
- 請用柔軟的乾布擦拭主機的污垢。
- 若髒污情況非常嚴重時，請將布巾浸泡於清水或中性清潔劑中後充份擰乾，並以此擦拭汙垢。之後再以清潔的布巾加以擦拭。

※請避免水分等液體滲入主機內。

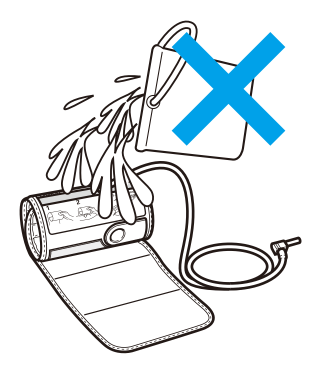


■清潔須知

- 清除污垢時，嚴禁使用酒精、揮發油、稀釋劑等。



- 壓脈帶不可清洗或弄濕。

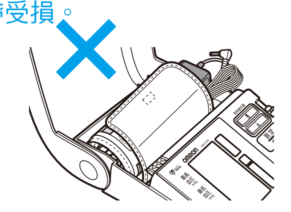


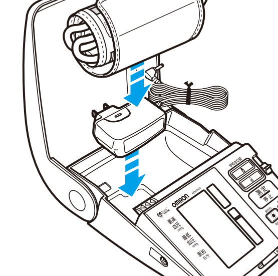
保存方式

1 將專用AC變壓器收入主機上的AC變壓器收納部位中。

①將專用AC變壓器由電源插座上拔除。
②將連接頭由主機上拔除。

③將專用AC變壓器收入主機上的AC變壓器收納部位中。
※請務必將專用AC變壓器收納於壓脈帶下方。若以放入壓脈帶內的方式收納時，可能造成壓脈帶受損。





2 壓脈帶必須收進主機的收納部位中
※請勿以過大力道強行彎折壓脈帶空氣管。

3 關閉主機外蓋
※關閉主機外蓋時，請避免夾到壓脈帶空氣管。

■保管須知

請勿存放在以下場所：
●容易淋濕的場所。
●高溫、多濕、陽光直射，或空氣中含有灰塵、塩分等物質的場所。
●可能會有傾斜、搖動，或遭受撞擊的場所。
●保存化學藥品，或可能產生腐蝕性氣體的場所。

長時間（三個月以上）不需使用時，請將電池取出。



測量Q&A
(測量值太高/太低時)

Q 好像比在醫院測量的血壓值還要低…

A 在醫院測量時，情緒上是否比較緊張?

在家中測量血壓時，因為情緒上比較輕鬆自在，因此一般會比在醫院測量的數值低20～30mmHg???
由此可瞭解，在家中測量穩定血壓值的重要性。

A 測量時，壓脈帶位置比心臟位置高的話…

若因為支撐手肘的桌子或架子過高等因素，導致壓脈帶的位置高於心臟時，可能會造成測得的血壓過低。

Q 好像比在醫院測量的血壓值還要高…

A 是否服用過降壓劑？

當降壓劑的藥效在經過一段時間消退後，血壓可能會升高，請洽詢醫師。

A 壓脈帶位置是否正確？

若壓脈帶位置偏移時，將難以讀取動脈訊號，同時測量到的血壓也會較高。
請確認橘色對位帶的位置。(☞ 請參照第18頁)

A 壓脈帶固定方式過鬆

捲得太鬆時，壓迫力將無法傳達到動脈，測量到的血壓會較高。在將壓脈帶捲在手腕上時，請盡量避免產生空隙。

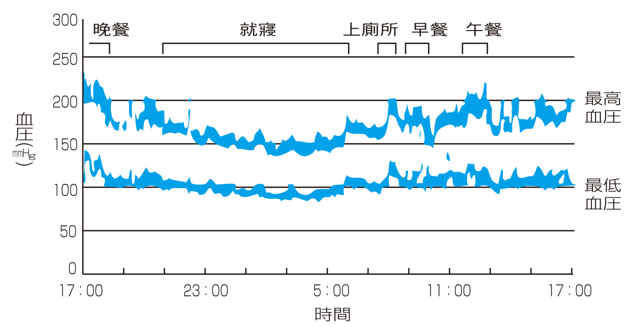
A 測量時的姿勢有無彎腰駝背或盤腿等?

彎腰駝背、盤腿、蹲坐在沙發上或矮桌邊等測量姿勢會增加腹壓，並會讓手臂的位置低於心臟，將導致測得的血壓值較高。

Q 怎麼每一次測量的值都不一樣？

A 是否於每天的固定時段測量？

人體的血壓在一天中會如下圖般急遽變化。（每隔10秒測量一次）



上臂血壓數據（橫浜市立大學醫學院 朽久保 修 教授提供）

為了正確管理血壓，請於每天的固定時段進行測量。

A 血壓會因各種因素而變動。

即使在家中測量，也可能因為以下的因素而導致測量值變動。

- ●用餐後的一個小時內
- ●飲用酒、咖啡、紅茶後
- ●吸煙後
- ●沐浴後
- ●運動後
- ●排尿、排便後
- ●測量時說話
- ●精神緊張、情緒不穩
- ●室溫急遽變化
- ●測量的地點或環境與平時不同

A 是否因持續反覆測量而有淤血現象？

當手臂受到壓迫時，會造成血液滯留於手掌，有時甚至形成淤血狀態。
要消除淤血時，請將依然捲著壓脈帶的手臂抬高，並重複握拳與鬆開的動作15次左右。



Q 捲緊壓脈帶時，會感到疼痛、痠麻…

A 這只是暫時的現象，所以不用擔心。

測量血壓時，壓脈帶必需捲緊，使動脈血液暫時停止流動。
因此可能會感到疼痛或痠麻，但只要取下壓脈帶後就會恢復正常。

Q 什麼時間測量比較好?

A 早上起床後1小時內*、晚上就寢前。

早上測量時，最好是在起床後1小時內，或是上過廁所之後早餐之前（服用降壓劑的人，請在服用前測量）。
如果是晚上測量，建議您在就寢前測量。
其他的時間，只要在身心安定的狀態下均可測量。
此外，建議在每天同一時段測量。

Q 在家管理血壓的訣竅為何?

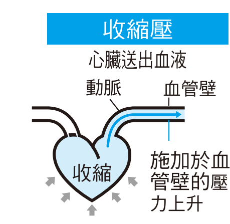
A 除了血壓值之外，請一併記錄藥物的服用或生活形態。

每天記錄血壓值，可瞭解個人的血壓變動，除了有助於健康管理，還可在接受醫師診斷時派上用場。除了平日的血壓值記錄外，建議您一併記錄測量條件（是否服用降壓劑等藥物、生活狀態等），以做出正確的判斷。

血壓小百科

所謂血壓

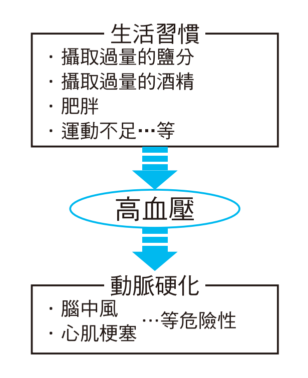
血液是在心臟有如幫浦般的律動（收縮、擴張）下，被輸送至動脈。將血液輸送至動脈時的壓力稱之為「收縮壓」，當循環過全身的血液重回心臟，導致心臟擴張時的壓力則稱為「舒張壓」。





健康與血壓

血壓會受日常生活習慣及年齡的影響而產生變化。高血壓是動脈硬化狀況惡化，以及罹患腦中風與心肌梗塞等嚴重疾病的徵兆。請將瞭解自己的血壓狀態一事，作為維護健康以及檢視生活習慣的開端。



判斷高血壓的標準

近幾年來根據世界主要醫療學會的報告，一般家庭測量的高血壓值標準如下。

收縮壓（收縮期血壓） 135 mmHg以上	舒張壓（舒張期血壓） 85 mmHg以上

出處：日本高血壓學會 高血壓治療指導方針 2004年版（2004年12月）

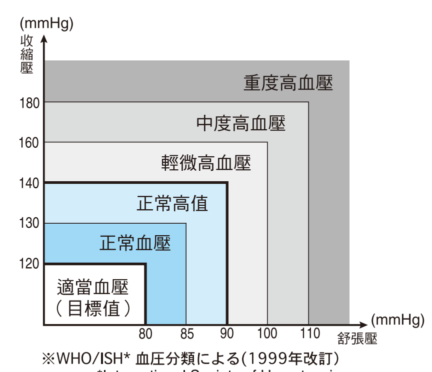
請參考以上數值，瞭解自己的血壓狀況。
如有疑慮，請務必接受醫師建議。

世界衛生組織的血壓分類

根據醫院所測量的血壓，世界衛生組織(WHO)以及國際高血壓學會(ISH)，制定出下圖般的血壓分類方式。此一分類與年齡無關，係以坐在醫院椅子上測量到的手臂血壓值為依據。

※目前尚無任何對低血壓的定義，一般將收縮壓低於100 mmHg的人視為有低血壓問題。

根據WHO/ISH*的血壓分類（1999年修訂）

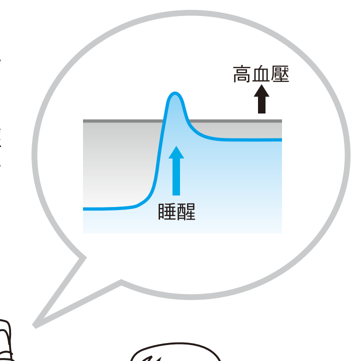


※WHO/ISH* 血圧分類による(1999年改訂)
*International Society of Hypertension

關於早晨高血壓

■何謂早晨高血壓

一天當中，血壓無時無刻都在變動。
變動的形態因個人體質而異，血壓正常的人，起床後血壓會逐漸上升，並在正午時達到最高值，之後略微下降，接著在傍晚時再次達到最高值，然後再逐漸下降，於夜晚達到最低值。
不過，這種血壓變動的模式是會改變的，有些人早上的血壓會急遽上升，稱為「早晨高血壓」。
服用降壓劑的人，通常在早餐後服用藥劑時，血壓隨即下降，因此上午前往醫院所測量的血壓值就可能是正常的，這一點必須特別注意。

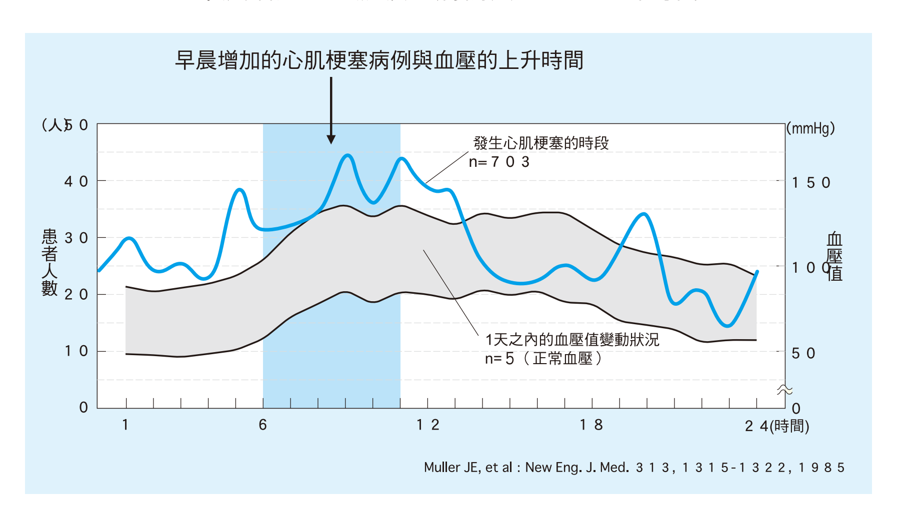




■心肌梗塞與腦中風的關係

因為自律神經於清晨到中午之間最為活躍，所以血壓容易變高，血液也較容易凝結。這也就是心肌梗塞、腦中風等危險重症容易在這段時間發生的原因之一。
這就是為什麼除了在醫療院所測量到的血壓之外，還需重視在家中測得的血壓的原因，因為只有靠在家中測量的血壓才能掌握到早晨高血壓。

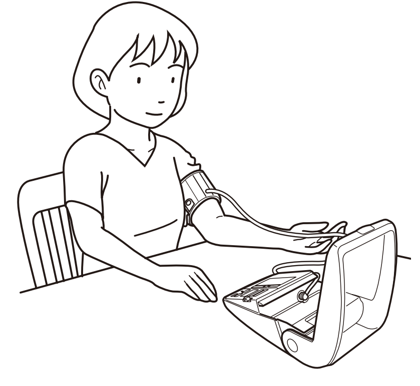
早晨增加的心肌梗塞病例與血壓的上升時間

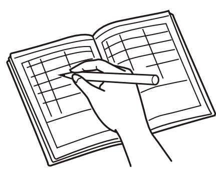


■測量早上的血壓

為了確認是否為早晨高血壓，請在起床後一小時內、排尿後、早晨前測量血壓，如果有服用降壓劑，請在服用前測量。

※由於血壓隨時都在變動，因此不只需在早上測量，還需另外於白天或就寢前選一固定時段，每天進行測量。請將測得的血壓記錄下來，並接受醫師指導。（即使測量次數超過一次時，也請將所有測得的數值記錄下來）。







出現錯誤訊息時

如測量動作出現異常時，螢幕上會出現以下錯誤訊息。

錯誤訊息	原因	應變處理
當顯示收縮壓部位的旁邊出現兩個併排的「E」圖示時	代表測量過程中使用者的手臂或身體晃動，導致無法適當加壓	請勿晃動手臂或身體，並重新測量一次。 若仍然顯示「EE」圖示時，請改以手動加壓方式測量 (☞ 請參照第24頁)
當收縮壓顯示部位僅出現一個「E」圖示時	代表使用者在測量過程中晃動手腕或身體，或是說話	請勿晃動手臂或身體，並重新測量一次。
	空氣管鬆脫	請將空氣管接頭插入最深處 (☞ 請參照第17頁)
	壓脈帶的固定方式不正確	請重新正確固定壓脈帶 (☞ 請參照第17頁)
	捲起的上衣（或褲子）壓迫到手臂	請脫下上衣（或褲子）後重新固定好壓脈帶。
	壓脈帶漏氣	請購買新的壓脈帶 (☞ 請參照第46頁)
當出現兩個直立並列的「E」圖示時	代表使用者於手動加壓過程中，因持續按住測量／停止鍵等因素，導致加壓至300 mm Hg以上	採用手動加壓模式時，請在壓力到達目標值後，放開測量／停止鍵 (☞ 請參照第24頁)

錯誤訊息	原因	應變處理
「更換電池圖示」亮燈時	代表電池耗盡	請同時更換4顆新電池 (☞ 請參照第11頁)
當出現「Er」圖示時	代表功能異常所引起之故障	請聯絡歐姆龍客服中心洽詢維修事宜。

※若使用者於測量過程中挪動身體的話，螢幕可能會在顯示上述錯誤圖示時，一併顯示 體動 圖示。



疑似故障時

發生以下狀況時	原因	應變處理
測得的血壓值異常的高（低）	壓脈帶固定方式不正確	請重新正確固定壓脈帶 (☞ 請參照第17頁)
	在測量時與人聊天或晃動手臂	測量時請保持安靜。 請參閱測量Q&A (☞ 請參照第35頁)
	捲起的上衣（或褲子）壓迫到手臂	請脫下上衣（或褲子）後重新固定好壓脈帶。
壓力無法上升	空氣管連接到血壓計的方式不正確	請重新正確連接 (☞ 請參照第17頁)
	壓脈帶漏氣	請購買新的壓脈帶 (☞ 請參照第46頁) ※另外選購的壓脈帶不附空氣管接頭。更換時請勿將空氣管接頭丟棄，並將其使用於新的壓脈帶上。
將手指放開測量／停止鍵時，血壓計即停止加壓動作。	連續按住測量／停止鍵超過3秒以上	要以自動加壓模式測量時，請於3秒內將手指移開測量／停止鍵 (☞ 請參照第21頁)
購買後沒多久壓脈帶就開始漏氣	壓脈帶的固定方式過鬆	請捲緊壓脈帶，避免手腕與壓脈帶之間有任何空隙 (☞ 請參照第17頁) ※若沒有捲緊時，會導致壓脈帶承受過多壓力而影響其使用壽命。
儘管血壓計正常的動作，也正確的測量，但… ●仍高（低）於醫院的測量值 ●每次測量的血壓值都不一樣		請參閱測量Q&A (☞ 請參照第35頁)

發生以下狀況時	原因	應變處理
加壓時斷電 時間被重新設定	因為長時間沒有使用，或是因溫度變化而造成電池消耗	請更換新電池 (☞ 請參照第11頁)
即使已設定過時間，但開啟電源後，時間／日期顯示部位依然不斷閃爍。	更換電池時取下電池的時間過長	請重新設定時間 (☞ 請參照第11頁) 當電池被拆下的時間超過30秒時，時間功能將會停止。更換電池的動作請在30秒內完成。
不論按下任何一個按鍵，都不會顯示任何畫面。	電池已經完全耗盡	請更換新電池 (☞ 請參照第11頁)
	電池⊕⊖的方向錯誤	請以正確方式裝入電池 (☞ 請參照第11頁)
	在未裝入電池就直接使用的情況下，專用AC變壓器從血壓計或電源插座上鬆脫。	請正確連接專用AC變壓器至血壓計與電源插座上 (☞ 請參照第13頁)
其他現象		請重新再按一次測量／停止鍵，從頭再來一次。 請試著更換乾電池。 如果仍無法恢復正常，請洽歐姆龍客服中心。

※即使按上述方法調整過，仍無法進行正確的測量時，可能是機器發生故障。如需通報機器故障及報修時，請聯絡OMRON客服中心。

※極少數人會因為體質的關係產生誤差而無法測量。如遇此情況，請洽OMRON客服中心。

有疑問時/保證等





規格

醫療設備認証編號	
類別	設備名稱18血壓與脈搏檢查用器具
一般名稱	自動電子血壓計
醫療儀器分類	管理類醫療設備

產品名稱	歐姆龍數位自動血壓計HEM-7070
顯示方式	數位顯示方式
測量方式	示波振盪法
測量範圍	壓力／0～299mmHg 脈搏數／每分鐘40~180下
精密度	壓力／±3mmHg以內 脈搏數／讀取值的±5%以內
加壓	自動加壓方式（人工智慧控制）
減壓	主動式電子控制方式
排氣	自動急速排氣方式
壓力偵測	靜電容量式壓力感應器
電源	3號錳電池（4顆） 專用AC變壓器（AC 110V）
電池使用壽命	約300次（使用3號錳電池，於室溫℃、每天測量6次、加壓至170mmHg的條件下）※也可選用鹼性電池。
裝置壽命	5年或30000次（消耗品除外）
使用環境溫溼度	＋10～＋40℃30～85%RH
存放環境溫溼度	－20～＋60℃10～95%RH
主機重量	約990g（不含電池與專用AC變壓器）
外觀尺寸	寬178×高110×縱深249mm
壓脈帶	寬120×長480mm（重量約130g) 空氣管長度600mm
電擊保護	內部電源機器B形安裝部
附屬品	壓脈帶（適用手臂直徑17～32cm）、測試用電池（3號錳電池4顆）、專用AC變壓器、使用說明書
製造銷售公司	OMRON HEALTHCARE CO., Ltd 地址：〒615-0084京都府京都市右京區山之內山之下町24番地

※如因改善商品而變更規格時，恕不另行通知，敬請諒解。

符合EMC規範　本產品符合EMC規格IEC60601-1-2:2001的規範。

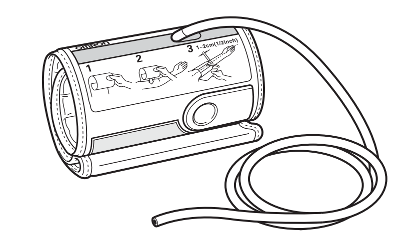
本產品符合JIS規格JIST1115：2005的規範。

選購配備

如需購買選購品時，請洽歐姆龍客服中心

本公司提供下列選購配備：

● 壓脈帶
型號 HEM-CUFF-R
適用臂圍：17～32cm(上臂中央部位)
此壓脈帶與本產品內附的壓脈帶為相同產品。



※另外選購的壓脈帶不附空氣管接頭。因此更換時請勿丟棄空氣管插頭，並將其直接換插到新的壓脈帶上使用。

● 專用AC變壓器
型號：GHEM-AC-P (60110H7070SW)
此壓脈帶與本產品內附的專用AC變壓器為相同產品。

